

Projekt „Gesunde Ernährung“

Am Donnerstag, 16.11.2023, führten die Schülerinnen und Schüler der Klasse 5 a das Projekt „Gesunde Ernährung“ gemeinsam mit Frau Christin Roth von der AOK PLUS und ihrer Klassenlehrerin durch.

Nach einer theoretischen Einführung, in der es um die Grundsätze einer gesunden Ernährung am Beispiel der Ernährungspyramide sowie den Zuckergehalt einzelner Lebensmittel ging, wurde in der schuleigenen Küche die Praxis erprobt. Dazu stellten die Schülerinnen und Schüler in drei Gruppen in eigener Regie Power- Sandwiches, Milchshakes, Obstsalat, Kräuterquark und Wasser mit Früchten her.

Das Projekt begeisterte die Schüler so, dass zu Hause noch viel darüber gesprochen wurde. Manch einer nahm sich vor, daheim das eine oder andere, was in der Küche selbst gefertigt wurde, nachzumachen. Alle Beteiligten waren sich einig, dass das Projekt „Gesunde Ernährung“ eine rundum gelungene Aktion war.

